



朝九小だより



朝霞市立朝霞第九小学校

令和8年7月17日（金）

1学期最終号 児童数 461名

TEL: 048-466-4481

【学校教育目標】

「心豊かでたくましい人間の育成」 すすんで学ぶ子 思いやりのある子 たくましい子

【めざす学校像】「元氣なあいさつと明るい笑顔で輝きのある学校」

<http://www.asakadai9shou.city-asaka.ed.jp>

ぼーっとする時間を大切に ～～

校 長 吉澤 めぐみ

本日、1学期が無事に終了しました。おかげさまで、大きなけがや事故もなく、1学期を終えることができました。日々の教育活動に皆様からのご理解・ご協力をいただきましたこと、深く感謝いたします。

子供たちは新しい学年での生活にも慣れ、毎日の活動の中でそれぞれの成長を感じるが多々ありました。ご家庭でもお子さんと一緒に1学期を振り返り、良かったところをたくさん褒めていただければと思います。

明日からは、子供たちの待ちに待った夏休みが始まります。今年の夏は過ごしやすい日もありましたが、やはり、暑い夏となってしまいました。屋外のみならず室内でも熱中症には十分注意して、子供たちが楽しく有意義な夏休みを送れるよう見守りをお願いします。

【ぼーっとする時間を過ごすことも有意義です】

1年生にとっては、小学校で初めての夏休み。そして6年生にとっては、小学校生活最後の夏休みです。

子供たちに、「夏休みは何をするの?」と聞くと、「おじいちゃん、おばあちゃんに会いにいくのが楽しみ」「キャンプで虫を捕まえたい」「サッカーの合宿に行く」など、楽しそうに話してくれました。どの子も期待に胸を膨らませ、夏休みが待ち遠しそうでした。それぞれ、心に残るすばらしい夏休みの経験となりそうです。

そんな夏休みの過ごし方として、私から提案は、「ぼーっとする時間をつくる」ことです。

海や川に出かけ魚を追いかけたり、山に登っておいしい空気を味わったりするのも素敵な体験です。そんなとき、ぜひ、お子さんと一緒に空を見上げてみてください。ただ、空を見上げるだけです。会話もいりません。まずは、心と体をゆっくり休めます。ただ、ぼーっとします。

実は、ぼーっとしている間も脳は活動をしています。脳は、外からの刺激が少なくなると、これまでに蓄積した情報を整理し、新しいアイデアが生まれやすくなるといわれています。古代ギリシャの物理学者アルキメデスが、お風呂に入ってリラックスしているときに「アルキメデスの原理」を思いついたという話は有名です。

子供の発想力や想像力を伸ばすためにも、脳を休ませてぼーっと過ごす時間は決して無駄ではありません。

心が落ち着き、脳が休まると、子供たちは自然と空を見ながら考え始めます。

「雲はどんな形をしているかな」「雲が恐竜みたい」「アイスクリームにも見える」「雲はどちらからどちらに流れているかな」「どのくらいの速さ動いているのだろう」「そもそも雲は何でできているのかな」

そんなふうに、想像を広がっていきます。脳をリラックスさせながら、思いついたことや考えたことを自由に膨らませる心地よさを味わうことで、「ぼーっとする時間」が自然と習慣になれば素敵だと思います。

今の子供たちは、大人と同じくらい忙しい毎日を送っています。そのため、何もせずにゆっくり考える時間は意外と少ないのかもしれませんが。長い夏休みだからこそ、静かな場所でお子さんと一緒にぼーっと過ごす時間をつくってください。特別な場所でなくてもよいのです。公園でも家でも。そして、どんなことを想像していたのか、何を考えていたのか、聞いてみてください。思いがけないすばらしい発見につながるアイデアが出てくるかもしれません。

充実した夏休みとなりますよう、ご家庭での時間を大切にお過ごしください。